

# Nadia Zulmia Aris

## MANUSKRIP ILYAS MUNAJAH.pdf

 TURNITIN MANUSKRIP  
 Manuskrip Mahasiswa  
 Politeknik Kesehatan Kemenkes Makassar

---

### Document Details

**Submission ID****trn:oid:::1:3256903287****Submission Date****May 22, 2025, 9:58 AM GMT+7****Download Date****May 22, 2025, 10:00 AM GMT+7****File Name****MANUSKRIP\_ILYAS\_MUNAJAH.pdf****File Size****266.6 KB****9 Pages****2,235 Words****16,980 Characters**

# 2% Overall Similarity

The combined total of all matches, including overlapping sources, for each database.

## Filtered from the Report

- Bibliography
- Quoted Text
- Cited Text
- Small Matches (less than 8 words)

## Top Sources

- 2%  Internet sources
- 1%  Publications
- 0%  Submitted works (Student Papers)

## Integrity Flags

### 0 Integrity Flags for Review

No suspicious text manipulations found.

Our system's algorithms look deeply at a document for any inconsistencies that would set it apart from a normal submission. If we notice something strange, we flag it for you to review.

A Flag is not necessarily an indicator of a problem. However, we'd recommend you focus your attention there for further review.

## Top Sources

|    |                                                                                                                    |
|----|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 2% |  Internet sources                 |
| 1% |  Publications                     |
| 0% |  Submitted works (Student Papers) |

## Top Sources

The sources with the highest number of matches within the submission. Overlapping sources will not be displayed.

|   |                                |     |
|---|--------------------------------|-----|
| 1 | Internet                       |     |
|   | journal.laaroiba.ac.id         | 1%  |
| 2 | Internet                       |     |
|   | repository.stiedewantara.ac.id | <1% |

**PENGARUH EDUKASI GIZI MELALUI VIDEO ANIMASI  
TERHADAP PENGETAHUAN DAN PERILAKU  
KOMSUMSI SAYUR DAN BUAH PADA  
REMAJA DI SMPN 16  
MAKASSAR**

*The effect of nutrion education through animation  
On knowledge and behavior of vegetable  
And fruit consumption in teenagers  
At smpn 16 makassar*

**Ilyas Munajah<sup>1</sup>, Abdullah Tamrin<sup>2</sup>, Sirajuddin<sup>2</sup>, Mustamin<sup>2</sup>**

<sup>1</sup>Prodi Gizi dan Dietetika Poltekkes Makassar

<sup>2</sup>Dosen Jurusan Gizi Poltekkes Makassar

[ilyasmunajah@poltekkes-mks.ac.id](mailto:ilyasmunajah@poltekkes-mks.ac.id)

HP : 085960159692

**ABSTRACT**

Nutrition education for adolescents is a specific intervention to improve nutrition that needs to be done to improve nutritional status and break the chain of integrity of nutritional problems, Research Objectives To determine the differences in providing education through leaflets and videos about knowledge and behavior of vegetable and fruit consumption with a sample size of 50 people.

Education is used with 2 methods, namely leaflets and videos, and data collection on knowledge and consumption behavior using the questionnaire method and FFQ Vegetables and Fruits. The type of research used is a quasi experiment with a pre-test and post-test control group design, The population of this study was all adolescents in class VIII of SMPN 16 Makassar totaling 50 people, the large number of samples of adolescents in class VIII at SMPN 16 Makassar each group is 25, samples that have been determined through calculations are selected by random sampling. Knowledge and consumption behavior are collected by filling out questionnaires and FFQ Vegetables and Fruits. Statistical tests with the Wilcoxon test.

The results of the study indicate that  $H_a$  is accepted, because the  $p$  value =  $0.000 < \alpha$  value (0.05) which means there is a difference between providing education through leaflet media on knowledge and consumption behavior. The results of the study indicate that  $H_a$  is accepted, because the  $p$  value =  $0.000 < \alpha$  value (0.05) which means there is a difference between providing education through video media on knowledge and consumption behavior.

*Further researchers are expected to be able to develop more interesting media in accordance with technological developments so as to support interest and reading interest.*

**Keywords:** Knowledge, Behavior, Vegetables, Fruits, Videos

## ABSTRAK

Edukasi gizi pada remaja merupakan intervensi spesifik perbaikan gizi yang perlu dilakukan untuk meningkatkan status gizi dan memutus rantai integritas masalah gizi, Tujuan Penelitian Untuk mengetahui perbedaan pemberian edukasi melalui media leaflet dan video tentang pengetahuan dan perilaku konsumsi sayur dan buah dengan jumlah sampel sebanyak 50 orang.

Edukasi digunakan dengan 2 metode yaitu leaflet dan video, dan pengumpulan data pengetahuan dan perilaku konsumsi menggunakan metode kuesioner dan FFQ Sayur dan Buah. Jenis penelitian yang digunakan adalah *quasy experiment* dengan rancangan *pre test and post test control group*, Populasi penelitian ini adalah seluruh remaja kelas VIII SMPN 16 Makassar yang berjumlah 50 orang, jumlah besar sampel remaja kelas VIII di SMPN 16 Makassar masing-masing kelompok 25, sampel yang telah ditetapkan melalui perhitungan dipilih secara random sampling. Pengetahuan dan perilaku konsumsi dikumpulkan dengan cara mengisi kuesioner dan FFQ Sayur dan Buah. Uji statistik dengan uji *Wilcoxon*.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa  $H_a$  diterima, karena nilai  $p = 0,000 < \text{nilai } \alpha (0,05)$  yang berarti ada perbedaan antara pemberian edukasi melalui media leaflet terhadap pengetahuan dan perilaku konsumsi. Hasil penelitian menunjukkan bahwa  $H_a$  diterima, karena nilai  $p = 0,000 < \text{nilai } \alpha (0,05)$  yang berarti ada perbedaan antara pemberian edukasi melalui media video terhadap pengetahuan dan perilaku konsumsi.

Peneliti selanjutnya diharapkan dapat mengembangkan media yang lebih menarik lagi sesuai dengan perkembangan teknologi sehingga mendukung ketertarikan serta minat baca.

Kata Kunci : Pengetahuan, Perilaku, Sayur, Buah, Video

## PENDAHULUAN

Badan Kesehatan Dunia secara umum menganjurkan konsumsi sayuran dan buah-buahan untuk hidup sehat sejumlah 400 g per orang per hari, yang terdiri dari 250 g sayur (setara dengan 2 porsi atau 2 gelas sayur setelah dimasak dan ditiriskan) dan 150 g buah, (setara dengan 3 buah pisang ukuran sedang atau 1 potong pepaya ukuran sedang atau 3 buah jeruk ukuran sedang). Bagi masyarakat Indonesia terutama balita dan anak usia sekolah dianjurkan untuk mengkonsumsi sayuran dan buah-buahan 300-400 g/orang/hari dan bagi remaja dan orang dewasa sebanyak 400-600 g/orang/hari. Sekitar dua-

pertiga dari jumlah anjuran konsumsi tersebut adalah porsi sayur (Akhsani, 2019).

Data Riskesdas tahun 2013, proporsi penduduk  $\geq 10$  tahun yang kurang mengonsumsi sayur dan buah sebesar 93,5%. Sedangkan berdasarkan data Riskesdas 2018, menunjukkan bahwa secara nasional perilaku penduduk umur  $>10$  tahun yang kurang mengonsumsi sayur dan buah berada di angka 95,5%. Kurangnya konsumsi sayur dan buah dihadapi oleh seluruh kabupaten di Sulawesi Selatan, sedangkan di Kota Makassar sendiri persentasi kurangnya konsumsi sayur dan buah sebesar 91% (Septiyanti, Jafar dan Hendrayati, 2020).

Edukasi atau disebut juga dengan pendidikan merupakan segala upaya yang direncanakan untuk mempengaruhi orang lain baik individu, kelompok, atau masyarakat sehingga mereka melakukan apa yang diharapkan oleh edukator. Edukasi gizi merupakan pendidikan yang bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan dan sikap remaja terhadap gizi. Pengetahuan gizi yang semakin besar akan mempengaruhi sikap dan perilaku konsumsi makan. Edukasi dapat dilakukan dengan bantuan beberapa media dan metode. Edukasi yang dilakukan dengan bantuan media akan membantu masyarakat untuk menerima dan memahami materi yang disampaikan dengan lebih mudah dan jelas. Selain itu, media juga dapat membantu pendidik dalam menyampaikan materi (Nugraha, 2019).

Salah satu penyebab rendahnya konsumsi sayur pada anak karena kurangnya pengetahuan dan sikap mengabaikan pentingnya makan sayur. Tidak efektifnya pendidikan gizi pada anak semenjak usia dini berdampak pada pengetahuan yang kurang tentang pola konsumsi makanan yang sehat dan seimbang saat dewasa, sehingga menyebabkan perilaku yang salah. Masalah tersebut dapat berakibat buruk bagi tumbuh kembang anak. Anak dapat mempunyai peluang besar untuk menderita kurang gizi karena makanan yang dikonsumsi dalam jumlah sedikit sehingga tidak memenuhi nutrisinya (Israeli et al., 2020).

Berdasarkan uraian di atas maka penulis melakukan penelitian tentang pengaruh edukasi video animasi terhadap pengetahuan dan perilaku konsumsi sayur dan buah di SMPN 16 Makassar

## METODE

### Jenis, Tempat dan Waktu Penelitian

Penelitian ini menggunakan penelitian *quasy experiment* dengan rancangan *pre test and post test control group*, yang dimana penelitian ini dilakukan untuk mengetahui adanya perubahan dalam pengetahuan dan perilaku konsumsi sebelum diberikan edukasi berupa video animasi dan leaflet dan sesudah diberikan edukasi berupa video animasi dan leaflet . Penelitian dilakukan di SMPN 16 Makassar pada bulan Mei – Februari 2025.

### Jenis dan Cara Pengumpulan Data

Jenis data dalam penelitian ini adalah data primer dan sekunder. Data primer yang dikumpulkan meliputi data identitas sampel yang berjumlah sebanyak 50 orang, data pengetahuan dan perilaku konsumsi lewat pre test dan post test. Data sekunder dalam penelitian ini adalah data yang diperoleh secara tidak langsung dan berkaitan dengan sampel penelitian yaitu gambaran umum lokasi penelitian serta jumlah siswi kelas VIII di SMPN 16 Makassar.

### Pengolahan dan Analisis Data

Pengolahan data dilakukan dengan menggunakan program aplikasi pengolah data yaitu program SPSS 13.0 for Windows dan menggunakan program Ms.Excel. Sebelum data diinput didalam program aplikasi pengolah data, data-data tersebut dilakukan proses editing untuk mencegah penginputan data yang salah.

Uji hipotesis dilakukan dengan uji statistik yaitu untuk mengetahui perubahan pengetahuan dan perilaku konsumsi sebelum dan sesudah pemberian video edukasi dan leaflet. Uji ini dilakukan apabila data skor pengetahuan dan perilaku konsumsi responden terdistribusi normal. Jika data pengetahuan dan perilaku konsumsi responden tidak terdistribusi secara normal maka uji hipotesis dilakukan dengan uji statistik non parametrik yaitu uji *Wilcoxon*.

## HASIL

Penelitian ini dilakukan analisis uji statistik non parametrik uji wilxocon karna data yang didapatkan tidak terdistribusi normal uji ini bertujuan untuk menganalisis perbedaan pengetahuan dan perilaku konsumsi sayur dan buah sebelum dan sesudah diberikan edukasi menggunakan media video animasi dan leaflet, ada 50 responden yang dibagi didalam 2 kelompok yang masing-masing kelompok berisi 25 orang, dalam kelompok leaflet pengetahuan yang baik sebelum edukasi 4 responden dan setelah edukasi menjadi 22 responden dan untuk perilaku kelompok leaflet yang baik ada 1 responden dan sesudah edukasi ada 24 responden sedangkan kelompok video untuk pengetahuan sebelum edukasi yang baik 5 responden dan sesudah edukasi ada 25 responden dan untuk perilaku konsumsi media video sebelum edukasi yang baik ada 0 responden dan sesudah edukasi yang baik ada 25 responden. Hasil analisis uji wilxocon menunjukkan nilai  $p = 0,000$  untuk semua pengetahuan dan perilaku konsumsi kelompok media leaflet dan video animasi yang artinya terdapat pengaruh pemberian edukasi sebelum dan sesudah untuk remaja di SMPN 16 Makassar.

## PEMBAHASAN

Hasil penelitian pengaruh edukasi tentang gizi seimbang pada siswa SMPN 16 Makassar seperti pada tabel 5 menunjukkan bahwa metode edukasi leaflet berdasarkan hasil uji statistik menggunakan uji Wilcoxon didapatkan nilai  $p\text{ value} = 0,000$  yang berarti  $H_a$  diterima dan  $H_o$  ditolak sehingga ada pengaruh edukasi gizi melalui metode leaflet terhadap skor pengetahuan gizi sebelum dan sesudah intervensi. Metode edukasi video hasil uji statistik uji Wilcoxon didapatkan nilai  $p\text{ value} = 0,000$  yang berarti  $H_a$  diterima dan  $H_o$  ditolak sehingga ada pengaruh edukasi gizi melalui metode edukasi video terhadap skor pengetahuan gizi sebelum dan sesudah intervensi. Metode edukasi leaflet berdasarkan hasil uji statistik menggunakan uji wilxocon didapatkan nilai  $p\text{ value} = 0,000$  yang berarti  $H_a$  diterima dan  $H_o$  ditolak sehingga ada pengaruh edukasi gizi melalui metode leaflet terhadap skor perilaku konsumsi sebelum dan sesudah intervensi. Metode edukasi video berdasarkan hasil uji statistik menggunakan uji wilxocon didapatkan  $p\text{ value} = 0,000$  yang berarti  $H_a$

diterima dan  $H_0$  ditolak sehingga ada pengaruh edukasi gizi melalui metode video terhadap skor perilaku konsumsi sebelum dan sesudah intervensi.

Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan Suwarno, dkk (2017) pada kelompok leaflet di dapatkan nilai signifikansi 0,000 dapat dimaknai bahwa terdapat perbedaan pengetahuan sebelum dan setelah intervensi. Selain itu Penelitian yang dilakukan Mashar, (2021) menunjukkan hasil tingkat pengetahuan rata-rata sebelum dan setelah penyuluhan mengalami peningkatan. Rata-rata skor pre-test pengetahuan subjek sebesar 74,08 dengan skor maksimum 85 dan minimum 60, sedangkan rata-rata skor post-test pengetahuan subjek sesudah diberi edukasi gizi dengan media video tentang sayur dan buah adalah 89,47 dengan skor maksimum 100 dan skor minimum 70.

Penelitian yang dilakukan Andeka dkk, (2019) berjudul frekuensi pemutaran video animasi terhadap perubahan perilaku dalam mengonsumsi buah dan sayur pada siswa SD Islam Baitul Izzah Bengkulu dengan jumlah responden 60. Berdasarkan hasil penelitian ada pengaruh signifikan antara frekuensi peyangan video animasi makan dan buah dan sayur dengan pengetahuan dari rata-rata 5,73 setelah intervensi menjadi 7,47.

Dari hasil tersebut, menunjukkan terdapat perubahan pengetahuan dan perilaku konsumsi subjek sesudah diberikan penyuluhan. Hasil uji statistik diperoleh  $p\text{ value} = 0,000$  yang berarti terdapat perbedaan yang signifikan antara pengetahuan dan perilaku konsumsi sebelum dan setelah penyuluhan. Hasil penelitian ini didukung oleh penelitian sebelumnya Saputra, dkk (2016) terkait pengaruh pemberian edukasi gizi melalui media video dan leaflet terhadap perubahan pengetahuan dan perilaku konsumsi sayur dan buah pada siswa SMP Al Chasanah menunjukan hasil yang signifikan ada perubahan pengetahuan dan perilaku Konsumsi ( $p=0.047$ ), antara kelompok media video dan kelompok media leaflet.

## KESIMPULAN

Ada pengaruh edukasi gizi melalui media video animasi dan leaflet terhadap pengetahuan dan perilaku konsumsi sayur dan buah pada remaja di SMPN 16 Makassar

## **SARAN**

Peneliti selanjutnya saya berharap dapat memberikan idenya terkait media yang lebih menarik lagi sesuai dengan perkembangan zaman sehingga responden lebih tertarik lagi untuk menyimak. Bagi remaja disarankan agar selalu menerapkan pengetahuan dan perilaku konsumsi yang dimiliki dalam kehidupan sehari-hari.

## **UCAPAN TERIMA KASIH**

peneliti mengucapkan terima kasih kepada Kepala Sekolah SMPN 16 Makassar dan seluruh guru pengajar yang memberikan kesempatan dalam penelitian ini. Dukungan dan bantuan dari pihak sekolah sangat berarti dalam menyelesaikan skripsi ini. Semoga keramahan dan kebaikan Bapak/Ibu dalam dunia pendidikan selalu mendapat balasan yang terbaik.

## DAFTAR PUSTAKA

- Akhsani, R. F. 2019. Edukasi Konsumsi Buah dan Sayur Melalui media Video terhadap Pengetahuan, Sikap, dan Perilaku Mahasiswa Obesitas di Poltekkes Kemenkes Yogyakarta, *thesis*, Poltekkes Kemenkes Yogyakarta
- Septiyanti, Jafar N., dan Hendrayati. 2020. Hubungan Pola Konsumsi Sayur dan Buah dengan Kejadian Sindrom Metabolik pada Pasien Rawat Jalan di RSUD Labuang Baji Kota Makassar, *Window of Public Health Journal*, 1(1), 38–47.
- Nugraha, N. P. (2019). Metode edukasi gizi berbasis komunitas pada anak usia sekolah: Telaah literatur. *Angewandte Chemie International Edition*, 6(11), 951–952., 2.
- Israeli, I., Novitasari, A., & Wulandari, S. 2020. bermain *vegetable eating motivation (Vem)* terhadap perilaku makan sayuran pada anak prasekolah. *Jurnal Obsesi : Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 5(1), 879-890.
- Suwarno, S; Shaluhayah, Z; Prabamurti, P N. 2017. Effective media for genital organ health education junior high school student. *Jurnal Ilmu Kesehatan Masyarakat*; 8(3):192–199
- Mashar, H. M. (2021) 'Pengaruh Penyuluhan Gizi Dengan Media Video Terhadap Pengetahuan Dan Sikap Remaja Tentang Konsumsi Sayur Dan Buah Di Sman 1 Palangka Raya', *Jurnal Gizi dan Pangan Soedirman*, 5(2), p.79. doi:10.20884/1.jgipas.2021.5.2.434
- Andeka, W., Marsofely, R. L., & Eliana. 2019. Animated Video Displaying Frequency To Changing Of Behavior In Consuming Fruit And Vegetable On The Students Of Baitul Izzah Islamic Elementary School Bengkulu. *Health Science Research*, 9–13.
- Saputra, dkk. 2016. Pengaruh Pemberian Edukasi Gizi Melalui Media Video Dan Leaflet Terhadap Perubahan Konsumsi Buah Dan Sayur Pada Siswa SMP Al Chasanah.[Jurnal]. Jakarta: Universitas Esa Unggul.

